

นิพนธ์ต้นฉบับ

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

ณัฐนิชา ปิ่นจุไร*, กนกวรรณ นากเสวก*, กัญจิกา กุลมาก*, กัญญาภัค ทองวัง*, กรรณิกา วันเปียง*, จตุพล มั่งจิว*, มัทธิดา ไชยวงศ์*,
ณรงค์ ใจเที่ยง*, ปฏิพัทธ์ วงศ์เรือง***

*สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยพะเยา

** สาขาวิชาอนามัยชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

*** สาขาวิชาอนามัยสิ่งแวดล้อม คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

✉ kongkangku69@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 140 คน สุ่มตัวอย่างแบบ Accidental or convenience sampling เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติ ไคสแควร์

ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 85.70 อายุ 21 ปี ร้อยละ 74.30 ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ ร้อยละ 69.20 เส้นรอบเอวปกติ ร้อยละ 88.60 นิสิตแผนกการศึกษาสาขาอนามัยชุมชน ร้อยละ 93.60 นับถือศาสนาพุทธร้อยละ 93.60 พักอาศัยอยู่ที่หอพักนอกมหาวิทยาลัย ร้อยละ 75.00 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 94.30 มีความรู้เกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 58.60 มีทัศนคติเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.60 มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมลดน้ำหนักอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 46.43 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ พบว่า อายุ รายได้ แผนกการศึกษาและความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ $p\text{-value} \leq 0.05$ ส่วนเพศ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เส้นรอบเอว ศาสนา ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว และทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก ไม่มีความสัมพันธ์

สรุป ผู้บริโภคส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับต่ำ โดยมี อายุ รายได้ แผนกการศึกษาและความรู้ เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก ดังนั้น นักศึกษาควรรับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อส่งเสริมสุขภาพและลดการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก

คำสำคัญ: ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก, นักศึกษา, พฤติกรรมการบริโภค

Article info:

Received: Oct 1, 2020

Revised: Nov 28, 2020

Accepted: Dec 8, 2020

Original article

Factors related to consumption behavior of weight loss diet products of third year students community health a university in the north

Natnicha Pinchurai*, Kanokwan Naksawek*, Kantika Kulmak*, Kanyapak Thongwang*, Kannika Wanpeang*, Jatupon Mungjiew, Matalika Chaiwuong*, Narong Chaitiang✉**, Patipat Vongruang***

* Bachelor of Public health

** Public health administration University of Phayao

*** Environmental Health University of Phayao

✉ kongkangku69@gmail.com

Abstract

The Cross-sectional research aimed to study factors related to consumption behavior of Weight Loss Diet Products of third year students community health a university in the north of third year students community health branch A university in the north. The sample consisted of 140 cases. were selected by accidental or convenience sampling. Data were collected by using questionnaires. Data were analyzed using, percentage, mean, standard deviation and chi-square test.

The results of the showed that of the women was (85.70%), age 21 year old (74.30%), body mass index (BMI) normal (69.20%), normal circumference (88.60%), Student in Community Health (93.60%), Buddhism (93.60%), Live in a dormitory outside university (75.00%), not underlying disease (94.30%), A sample had knowledge about the use of weight loss supplements low level (58.60%), attitude about the use of weight loss supplements moderate level (53.60%) and behaviors about the use of weight loss supplements low level (46.43%). The analysis of the relationships found that age, income, education plan and knowledge were significantly related to behaviors at $p\text{-value} \leq 0.05$. however, gender, body mass index (BMI), waist circumference, religion, place of residence, congenital disease and attitudes were not related to behavior of Weight Loss Diet Products.

In conclusion, most consumers have low levels of consumption behavior of dietary supplements, with age, income, study plan and knowledge as factors related to consumption behavior of dietary supplements. Therefore, students should eat properly. Principles of nutrition Exercise regularly to promote health and reduce the consumption of weight loss supplements.

Keywords: Weight loss diet products, students, consumption behavior

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Ubon Ratchathani Rajabhat University

บทนำ

ปัจจุบัน วิทยุรุ่นให้ความสำคัญกับรูปร่างและภาพลักษณ์ภายนอก สังคมนิยามความอ้วนในกรอบความคิดและมุมมองของคนในสังคมว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่าพึงปรารถนา ทำให้วิทยุรุ่นไทยมีพฤติกรรมลดน้ำหนักเพื่อหวังผลให้รูปร่างบอบบางและได้รับการยอมรับในสังคม ในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา (ศิริวัชร กิจชนะไพบูลย์, 2555) มีรายงานวิจัยพบว่า สตรีวิทยุรุ่นส่วนหนึ่งพยายามที่จะลดหรือควบคุมน้ำหนัก เพราะไม่พึงพอใจกับน้ำหนักและรูปร่างของตนเอง สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาสรุปการลดน้ำหนักเป็นที่นิยมในกลุ่มสตรีวิทยุรุ่นแม้ว่าจะมีรูปร่างไม่อ้วนก็ตาม วิธีการที่ใช้ลดน้ำหนักมีหลายวิธีทั้งที่ปฏิบัติด้วยตนเอง เช่น การออกกำลังกาย การเข้ายาและผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก ร่วมกับการควบคุมอาหาร การใช้แกงหรือยารัดเพื่อลดไขมัน จนถึงวิธีที่ต้องอาศัยผู้ที่มีความรู้ความชำนาญรวมทั้ง ใช้เครื่องมือพิเศษ เช่น การฝังเข็ม การดูดไขมันด้วยเครื่องอิเล็กทรอนิกส์ การผ่าตัดไขมันออกบางส่วน เป็นต้น การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักเป็นวิธีที่ได้รับความนิยมมาก เนื่องจากเห็นผลเร็ว สะดวก และไม่ต้องเหนื่อยกับการออกกำลังกายที่ต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ อย่างไรก็ตาม การใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักก็อาจเกิดอันตรายได้สูง ซึ่งยาที่มีการนำมาใช้เพื่อควบคุมน้ำหนักมีหลายชนิด ได้แก่ ยาที่มีฤทธิ์กดความอยากอาหาร ยาที่มีฤทธิ์ขับน้ำหรือขับปัสสาวะ ยาฮอร์โมน ยาระบาย และยาลดกรด นอกจากนี้ ยาดังกล่าว ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นอีกทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการหลีกเลี่ยงผลข้างเคียงจากยา ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ควบคุมน้ำหนักที่เป็นที่นิยมมีหลายชนิด เช่น ผลิตภัณฑ์ที่มีฤทธิ์ช่วยระบาย ผลิตภัณฑ์ที่ทำให้รู้สึกอิ่ม แต่ให้พลังงานต่ำ ตั้งแต่ปี 2556-2561 เป็นช่วงที่ตลาดอาหารเสริมมีการเติบโตอย่างต่อเนื่องและน่าประทับใจโดยในปี 2560 ตลาดอาหารเสริมมีมูลค่าพุ่งสูงถึง 739.3 พันล้านบาท และมีอัตราการเติบโตถึงปีละ 7-8% เหตุผลสำคัญเนื่องจากกระแสข่าวในเชิงลบของการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีมาอย่างต่อเนื่อง บวกกับความอึดตัวของผู้บริโภค จึงทำให้ตัวเลขของจำนวนผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารดูลดลง

ตัวเลขของมูลค่าผลิตภัณฑ์เสริมอาหารกลับเติบโตขึ้นมาจากจนถึงปัจจุบัน (วารุณี ชลวิหารพันธ์, 2559)

จากการสำรวจพบว่า ถึงแม้จำนวนผู้บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจะน้อยลง แต่ผู้บริโภคกลุ่มที่ยังกินอยู่กลับซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอย่างต่อเนื่อง และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เป็นผลมาจากผู้บริโภคบางกลุ่มนั้นไม่ได้ชื่นชอบการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นทุนเดิม บางคนอาจจะทดลอง หรือลองบริโภคตามกระแส กลับกันกับผู้บริโภคที่ยังบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอยู่อย่างต่อเนื่อง เพราะผู้บริโภคกลุ่มนี้คือกลุ่มที่มีความเข้าใจ ความชื่นชอบ และมีความต้องการในการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอย่างแท้จริง หรือเราจะเรียกผู้บริโภคกลุ่มนี้ว่าเป็นแฟนของการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารก็ได้ แต่แน่นอนว่าผู้บริโภคกลุ่มนี้จะไม่ใช่กลุ่มที่จะได้มาด้วยการสร้างกระแสหรือการตลาด เพราะพวกเขาจะเลือกที่คุณภาพของผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นหลัก และเมื่อผู้บริโภคกลุ่มนี้กลายเป็นลูกค้ากลุ่มใหญ่ของตลาดผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร นั้นหมายความว่าหลังปี 2561 เป็นต้นไปจะเป็นช่วงเวลาที่แบรนด์ทั้งหลายจะต้องแข่งขันกันในเรื่องของคุณภาพเพื่อรักษาสถานะลูกค้าของตัวเองเอาไว้ให้ได้ (brandsolutions, 2562)

จากสภาพปัญหาการเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของวิทยุรุ่น ที่ไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ของตนเอง มีแนวโน้มใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก การใช้ผลิตภัณฑ์เหล่านี้ ส่วนหนึ่งอาจเกิดจากการเลียนแบบกลุ่มเพื่อน หรือการถูกชักชวนให้ทดลองใช้จากเพื่อน เนื่องจากวิทยุรุ่นมักให้ความสำคัญกับเพื่อนและต้องการเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการเลือกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของกลุ่มวิทยุรุ่นในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือเพื่อศึกษาความชุกของการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารในลักษณะดังกล่าว และหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก และนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักในกลุ่มวิทยุรุ่นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของเพศหญิงและเพศชายในนิสิตชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนาภาคแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional descriptive study)

2. ขอบเขตการวิจัย การศึกษาในครั้งนี้มีประชากรที่ศึกษาทั้งหมด 197 คน และเลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) โดยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นโดยเก็บแบบสอบถามกับตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ จำนวน 140 คน ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ.2562 ถึง เดือนกันยายน พ.ศ.2563 (Krejcie and Morgan, 1970)

เกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria) จะมีแบบสอบถามที่เท่ากับจำนวนประชากรของกลุ่มนิสิตชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน ทั้งเพศชายและเพศหญิง และใช้สูตรของเคซีมอแกนจะได้จำนวน 140 คน

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) การขาดความสมบูรณ์ของการตอบกลับของแบบสอบถามที่ประชากรนิสิตชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน ได้ทำในแบบสอบถาม

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่มีคำถามชนิดปลายเปิด โดยแบ่งคำถามออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้ Best, John W. (1977).

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ เงินเดือน น้ำหนัก ส่วนสูง ดัชนีมวลกาย เส้นรอบเอว แผนการศึกษา ศาสนา ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว จำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก มีลักษณะคำถามเป็นแบบให้คะแนน ใช่ ไม่ใช่ และไม่ทราบ จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 3 ทศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก มีลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า 5 ระดับ ให้คะแนนแบบมาตราส่วนประเมินค่ามี 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่ามี 5 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อย ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย จำนวน 15 ข้อ

4. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย โดยผู้วิจัยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจประเมินค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (IOC: Index of item Objective Congruence) และตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยมีค่า Cronbach's alpha coefficient = 0.813

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาครั้งนี้เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม มีขั้นตอนการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

5.1. เสนอโครงร่างและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อขอรองรับจริยธรรม มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

5.2. ผู้วิจัยทำการเชิญชวนพร้อมทั้งขอความร่วมมือ โดยใช้วิธีแจกแบบสอบถามให้กลุ่มนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ จำนวน 140 คน

5.3. จัดเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามด้วยตนเองใช้เวลาเก็บแบบสอบถาม

5.4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบในแบบสอบถาม

5.5. จัดหมวดหมู่ของข้อมูลในแบบสอบถามเพื่อนำไปวิเคราะห์ทางสถิติ

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

6.1. นำแบบสอบถามที่ตรวจสอบ

ความถูกต้องเรียบร้อยแล้วไปลงรหัสในโปรแกรมสำเร็จรูป

6.2. ลงข้อมูลตามรหัสที่กำหนดไว้

6.3. วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์

6.4. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของประชากรโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

7. การหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย (ไควสแควร์)

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง 4 ด้าน คือ ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย และการรักษาความลับของข้อมูล นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดในแบบสอบถาม โดยครอบคลุมข้อมูลต่อไปนี้ 1) ชื่อและข้อมูลเกี่ยวกับผู้วิจัย 2) วัตถุประสงค์และประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย 3) การเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ 4) ไม่เผยแพร่ข้อมูลและจะทำลายข้อมูลด้วยเครื่องทำลายเอกสารภายใน 1 ปี ภายหลังจากที่ผลการวิจัยได้รับการเผยแพร่แล้ว การเสนอผลงานวิจัยในภาพรวมสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยหรือสิทธิที่จะถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบต่อการปฏิบัติงานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ศึกษาหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ซึ่งคณะผู้วิจัยแบ่งผลการศึกษาดังนี้

-ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 85.70 มีอายุ 21 ปี ร้อยละ 74.30 มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ ร้อยละ 69.20 เส้นรอบเอวปกติ ร้อยละ 88.60 เป็นนิสิตแผนการศึกษานามัยชุมชน ร้อยละ 93.60 นับถือ

ศาสนาพุทธร้อยละ 93.60 พักอาศัยอยู่ที่หอพักนอกมหาวิทยาลัย ร้อยละ 75.00 และไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 94.30

-ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 58.60 รองลงมา มีความรู้เกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.00

-ทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับทัศนคติเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 53.60 รองลงมาอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 37.10

-พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 46.43 รองลงมา มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 37.14

-แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง (n=140) พบว่า อายุ รายได้ แผนการศึกษา และความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p\text{-value} \leq 0.05$ (0.001 0.001 0.038 และ 0.001 ตามลำดับ) ส่วนเพศ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เส้นรอบเอว ศาสนา ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว และทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลสรุปการวิจัยของความสัมพัธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของ

นิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ สามารถนำมาอภิปรายผลโดยมีสาระสำคัญ ดังนี้

อายุ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ สอดคล้องกับการศึกษาของละอองดาว คำขาทาและคณะ(2561) เรื่องโรคอ้วนลงพุง:สัญญาณอันตรายที่ต้องจัดการ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์ในกลุ่มผู้สูงอายุต่อโรคอ้วนลงพุงมากกว่ากลุ่มผู้ใหญ่ตอนต้นสูงถึง 8 เท่า

รายได้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ สอดคล้องกับการศึกษาของมณฑนาวัตติ เมธาพัฒนา (2560) เรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์การบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ค่าใช้จ่ายที่ได้รับจากผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล

แผนการศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีแผนการศึกษาที่ สอดคล้องกับการศึกษาของนางสาวลักษณาวลัย มหาโชติ (2557) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมน้ำหนักของสมาชิกชมรมแอโรบิก อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐมพบว่า แผนการศึกษามีความสัมพันธ์กับการมีโรคอ้วนในส่วนใหญ่อยู่ในระดับการศึกษาปริญญาตรี จำนวน 273 คน คิดเป็นร้อยละ 81.5 ระดับปริญญาตรีขึ้นไปมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคอ้วนมากกว่าผู้ที่มีความรู้ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายลงมา

ความรู้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม กรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิตชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีความรู้ระดับต่ำ ร้อยละ 46.43 สอดคล้องกับการศึกษาของ สามารถ ใจเด็ย (2558) เรื่อง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารที่บ้านของผู้สูงอายุในเขตเมือง พบว่าความรู้มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติพฤติกรรมต่อการบริโภคอาหารที่บ้านโดยใช้องค์ความรู้ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาที่บรรพบุรุษส่งสมมาเพื่อนำไปสู่แนวทาง การสร้างเสริมสุขภาพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตในการเลือกบริโภคอาหาร

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคเสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชนมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือ ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้ข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 ทางคณะหรือทางมหาวิทยาลัยควรมีการจัดโครงการหรือกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ความรู้ในเรื่องของผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักและคำแนะนำถึงผลกระทบของการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักต่อสุขภาพในกลุ่มนิสิต

1.2 กลุ่มรุ่นพี่หรือกลุ่มเพื่อน และสิ่งแวดล้อมรอบข้างของนิสิต มีส่วนช่วยให้ นิสิตตระหนักถึงโทษของการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก

1.3 บิดา มารดา รวมถึงสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัว ควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีและดูแลเอาใจใส่บุตรหลาน เป็นที่ปรึกษาเมื่อพบว่าบุตรหลานใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก ต้องให้ความเข้าใจไม่ใช่วิธีการประณามหรือดุด่าลูก รวมถึงให้กำลังใจแก่บุตรหลานในการลดน้ำหนักอย่างถูกวิธีและปลอดภัย

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคเสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขานามัยชุมชน มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในภาคเหนือในครั้งนี้ได้ทำการศึกษาเฉพาะนิสิต ชั้นปีที่ 3 ควรเพิ่มการศึกษาในทุกชั้นปีของคณะแพทยศาสตร์ เพื่อที่จะได้ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักได้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

2.2 ในการวิจัยครั้งต่อไปควรนำปัจจัยเสี่ยงที่มีผลกระทบเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักมาศึกษาเพิ่มเติมเพื่อที่จะได้ทราบถึงผลกระทบที่ตามมาของพฤติกรรมการบริโภคเสริมอาหารลดน้ำหนักของนิสิต

2.3 การวิจัยในครั้งนี้ได้มาซึ่งเพียงข้อมูลพฤติกรรมและทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างนิสิต ชั้นปีที่ 3 สาขาอนามัยชุมชน แต่ยังไม่เกิดการแก้ไขปัญหาค่าการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักที่ยังมีอยู่ในกลุ่มนิสิต ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไปควรเป็นการวิจัยเชิงกระบวนการและประเมินผลเพื่อให้เกิดการแก้ไขปัญหาย่างแท้จริง

กิตติกรรมประกาศ

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความกรุณาและอนุเคราะห์ในการตรวจความเที่ยงของเครื่องมือแบบสอบถาม รวมทั้งเสนอแนะแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้อง และสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ขอขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่าน รวมถึงผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่กรุณาสละเวลาเอื้อเฟื้อข้อมูล และให้ความร่วมมือในด้านต่างๆ ที่มีส่วนช่วยในการจัดทำงานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี



เอกสารอ้างอิง

- มัตถนาหวดี เมธาพัฒนา. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักศึกษาพยาบาล. **วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา**. 25(3).20-29.
- ละอองดาว คำชาติา ชดช้อย วัฒนะ และธีรนุช ห่านิรติศัย. (2560). ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมจัดการตนเองเส้นรอบวงเอว ระดับน้ำตาลในเลือดและความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ในผู้ที่มีกลุ่มอาการเมตาบอลิก. **พยาบาลสาร**. 44(3).45-76.
- ลักษณะาวลัย มหาโชติ. (2558). การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักของสมาชิกชมรมแอโรบิก อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม. ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ. 8(2).2833-2843.
- วารุณี ชลวิหารพันธ์. (2559). ความชุกของการใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพเพื่อควบคุมน้ำหนักอย่างไม่เหมาะสมของวัยรุ่นหญิง ในจังหวัดสระบุรีและปัจจัยที่มีผล. **วารสารเภสัชกรรมไทย**. 8(2).442-455.
- ศิริรักษ์ กิจชนะไพบูลย์. (2555). พฤติกรรมการลดน้ำหนักที่ไม่ถูกต้องของวัยรุ่นและเยาวชนไทย. **พยาบาลสาร**. 39(4).179-190.
- สามารถ ใจเตี้ย ส.ด. (2558). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหารพื้นบ้านของผู้สูงอายุในเขตเมือง. **วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี**. 31(2).1-8.
- Best, John W. (1977). *Research in Education*. 3rd ed. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Brandsolutions. (2562). **อนาคตของตลาดอาหารเสริมไทยปี 2018-2019**. แหล่งที่มา <https://www.brandsolutionsthailand.com>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.



ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละ โดยจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆกับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัย	พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก			X ²	df	P-value
	เสริมอาหารลดน้ำหนัก					
	ต่ำ จำนวน(%)	ปานกลาง จำนวน(%)	สูง จำนวน(%)			
เพศ				0.566	2	0.754
ชาย	10(50.00)	4(20.00)	6(30.00)			
หญิง	55(75.80)	19(15.80)	46(38.30)			
อายุ(ปี)				25.114	4	0.001*
20 ปี	27(79.40)	6(17.60)	1(2.90)			
21 ปี	37(35.60)	17(16.30)	50(48.10)			
22 ปี	1(50.00)	0(0.00)	1(50.00)			
รายได้				23.623	6	0.001*
≤ 5,000 บาท	33(64.70)	12(23.50)	6(11.80)			
5,001 – 10,000 บาท	26(38.80)	8(11.90)	33(49.30)			
10,001 – 15,000 บาท	5(25.00)	3(15.00)	12(60.00)			
≤ 15,001 บาท	1(50.00)	0(0.00)	1(50.00)			
ค่าดัชนีมวลกาย(BMI)				9.927	6	0.128
ผอม	14(77.80)	2(11.10)	2(11.10)			
ปกติ	39(40.20)	16(16.50)	42(43.30)			
อ้วน	6(42.90)	3(21.40)	5(35.70)			
อ้วนมาก	6(54.50)	2(18.20)	3(27.30)			
เส้นรอบเอว				0.582	2	0.748
ปกติ	59(47.60)	20(16.10)	45(36.30)			
เสี่ยง	6(37.50)	3(18.70)	7(43.80)			
แผนการศึกษา				10.134	4	0.038*
อนามัยชุมชน	65(49.60)	19(14.50)	47(35.90)			
อนามัยชุมชน+นิติศาสตร์	0(0.00)	2(40.00)	3(60.00)			
อนามัยชุมชน+เศรษฐศาสตร์	0(0.00)	2(50.00)	2(50.00)			
ศาสนา				4.077	6	0.666
พุทธ	62(47.40)	21(16.00)	48(36.60)			
อื่นๆ	3(16.70)	2(41.60)	4(41.70)			

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละ โดยจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆกับพฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนักของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

ปัจจัย	พฤติกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก			χ^2	df	P-value
	ต่ำ จำนวน(%)	ปานกลาง จำนวน(%)	สูง จำนวน(%)			
ที่อยู่อาศัย				0.546	4	0.969
หอใน	6(42.90)	2(14.20)	6(42.90)			
หอนอก	48(45.70)	18(17.10)	39(37.20)			
บ้าน	11(52.40)	3(14.30)	7(33.30)			
โรคประจำตัว				0.103	2	0.950
ไม่มี	61(46.20)	22(16.70)	49(37.10)			
มี	4(50.00)	1(12.50)	3(37.50)			
ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก				20.337	4	0.001*
ระดับต่ำ	26(31.70)	14(17.10)	42(51.20)			
ระดับปานกลาง	32(65.30)	8(16.30)	9(18.40)			
ระดับสูง	7(77.80)	1(11.10)	1(11.10)			
ทัศนคติเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารลดน้ำหนัก				6.974	4	0.137
ระดับต่ำ	9(69.20)	2(15.40)	2(15.40)			
ระดับปานกลาง	38(50.70)	12(16.00)	25(33.30)			
ระดับสูง	18(34.60)	9(17.30)	25(48.10)			

หมายเหตุ* = p-value ≤ 0.05

คณะสาธารณสุขศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

Ubon Ratchathani Rajabhat University